

Утверждаю:
 Директор МБОУ "Ямашинская СОШ"
 Н.М. Степанов



Примерное циклическое двенадцатидневное меню на сумму дотации для учащихся общеобразовательных учреждений Республики Татарстан

1 - я неделя

На Сбор рец. На прод-ию для обуч.
 Во всех образ учреж. Дели 2017

Наименование блюд

ПОНЕДЕЛЬНИК

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

Выход,г	Стоимость, руб.	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	
30		2,22	2,82	21,9	122,1	0,04	0	0,0	1,11	7,8	25,2	9	0,42	
349/2017		0,66	0,09	22,01	92,90	0,02	0,73	0,00	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70	
Итого:	230	8,80	2,88	2,91	43,94	215,00	0,06	0,73	0,00	1,62	40,28	48,64	26,46	1,12

ВТОРНИК

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

30		1,17	9,18	18,8	162,6	0,02		1,8	1,41	2,4	12,6	1,8	0,18	
377/2017	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,10		2,83		0,01	14,20	4,40	2,40	0,36	
Итого:	230	8,80	1,3	9,2	29,0	204,7	0,0	2,8	1,8	1,4	16,6	17,0	4,2	0,5

СРЕДА

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

30		2,22	2,82	21,9	122,1	0,04	0	0,0	1,11	7,8	25,2	9	0,42	
375,376/2017	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26	
Итого:	230	8,80	2,3	2,8	31,9	162,1	0,0	0,0	0,0	1,1	18,8	28,0	10,4	0,7

ЧЕТВЕРГ

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

30		1,80	1,40	22,5	109,8	0,02			0,7	3	15	3	0,2	
342/2017	200	0,16	0,16	17,88	74,70	0,01	0,90	0,00	0,08	14,18	4,40	5,14	0,95	
Итого:	230	8,80	2,0	1,6	40,4	184,5	0,0	0,9	0,0	0,8	17,2	19,4	8,1	1,2

ПЯТНИЦА

№1/2017

30/10		2,36	7,49	14,9	136	0,03		40,0	0,44	8,4	22,5	4,2	0,35	
375,376/2017	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26	
Итого:	240	8,80	2,4	7,5	24,9	176,0	0,0	0,0	40,0	0,4	19,4	25,3	5,6	0,6

СУББОТА

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

30		2,22	2,82	21,9	122,1	0,04	0	0,0	1,11	7,8	25,2	9	0,42	
375,376/2017	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26	
Итого:	230	8,80	2,3	2,8	31,9	162,1	0,0	0,0	0,0	1,1	18,8	28,0	10,4	0,7

ИТОГО

1390		13,15	26,86	202,02	1104,40	0,22	4,55	41,80	6,48	130,91	166,34	65,20	4,78
-------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	-------------	--------------	-------------	---------------	---------------	--------------	-------------

Примерное циклическое меню на сумму дотации для учащихся общеобразовательных учреждений

2 - я неделя

Наименование блюд	Выход,г	Стоимость, руб.	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe
ПОНЕДЕЛЬНИК														
Вафли	30		1,17	9,18	18,8	162,6	0,02		1,8	1,41	2,4	12,6	1,8	0,18
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70	0,01	1,03		0,02	12,55	3,90	2,30	0,48
Итого:	230	8,80	1,28	9,24	29,73	207,30	0,03	1,03	1,80	1,43	14,95	16,50	4,10	0,66
ВТОРНИК														
Печенье	30		2,22	2,82	21,9	122,1	0,04	0	0,0	1,11	7,8	25,2	9	0,42
Чай "Витаминный"	185/10/5		0,24	0,09	12,42	54,20	0,00	50,03	0,00	0,19	13,95	3,65	2,25	0,41
Итого:	230	8,80	2,5	2,9	34,4	176,3	0,0	50,0	0,0	1,3	21,8	28,9	11,3	0,8
СРЕДА														
Вафли	30		1,17	9,18	18,8	162,6	0,02		1,8	1,41	2,4	12,6	1,8	0,18
Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26
Итого:	230	8,80	1,2	9,2	28,8	202,6	0,0	0,0	1,8	1,4	13,4	15,4	3,2	0,4
ЧЕТВЕРГ														
Пряник	30		1,80	1,40	22,5	109,8	0,02			0,7	3	15	3	0,2
Напиток из шиповника	200		0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Итого:	230	8,80	2,5	1,7	43,3	198,0	0,0	100,0	0,0	1,5	24,3	18,4	6,4	0,8
ПЯТНИЦА														
Бутерброд с маслом	30/10		2,36	7,49	14,9	136	0,03		40,0	0,44	8,4	22,5	4,2	0,35
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70	0,01	1,03		0,02	12,55	3,90	2,30	0,48
Итого:	240	8,80	2,5	7,6	25,9	180,7	0,0	1,0	40,0	0,5	21,0	26,4	6,5	0,8
СУББОТА														
Печенье	30		2,22	2,82	21,9	122,1	0,04	0	0,0	1,11	7,8	25,2	9	0,42
Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26
Итого:	230	8,80	2,3	2,8	31,9	162,1	0,0	0,0	0,0	1,1	18,8	28,0	10,4	0,7
ИТОГО	1390		12,22	33,42	193,89	1127,00	0,20	152,15	42,60	7,17	114,09	133,59	41,89	4,27
ИТОГО за 12 дней	2780		25,37	60,28	395,91	2231,40	0,42	156,70	85,40	13,65	245,00	299,93	107,09	9,05
Итого в среднем на 1 учащегося в день	232		2,11	5,02	32,99	185,95	0,03	13,06	7,12	1,14	20,42	24,99	8,92	0,75

пр. рец. На прод-ию для обуч. всех образ. учрежд. Дели 2017

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

ТТК

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

377/2017

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

375.376/2017

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

388/2017

№1/2017

ТТК

табл 6 стр.136.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

375.376/2017